

L'enseignant-e de l'école professionnelle comme point de contact en cas de stress

"Les enfants et les adolescents vivent depuis dix ans dans une crise permanente" - c'est en ces termes que Mme Susanne Walitza, directrice de la clinique de psychiatrie et de psychothérapie pour enfants et adolescents de la clinique psychiatrique universitaire de Zurich, a décrit la situation dans le cadre d'une interview en juillet 2023.¹ Cette tendance, qui a pris son essor après les années 2010 et a été catalysée par le lockdown avec une augmentation rapide, se fait également sentir au niveau secondaire II professionnel. Le nombre de jeunes ayant besoin d'un soutien psychosocial augmente. Ce que l'on oublie : les chiffres publiés sur les jeunes souffrant de troubles psychiques ne concernent que les jeunes qui ont été diagnostiqués, qui sont traités en institution ou qui se trouvent sur une liste d'attente pour un traitement professionnel. Il existe en outre un éventail de jeunes peu résilients qui n'apparaissent pas dans les statistiques. Des études, comme l'étude sur le stress de Pro Juventute qui a été publiée en 2021², fournissent des indications sur une situation tendue en matière de santé psychique.

L'association faîtière Formation professionnelle suisse souligne dans ce contexte le rôle important des enseignants des écoles professionnelles, qui n'est souvent qu'implicite dans la conscience du grand public : ils font souvent office de premier interlocuteur des apprentis confrontés à des situations difficiles. Les jeunes et les professionnels des services psychologiques soulignent à plusieurs reprises l'importance des enseignants des écoles professionnelles en tant qu'interlocuteurs accessibles en cas de surmenage dans des situations conflictuelles et stressantes au travail, dans le cercle d'amis ou dans la famille. Dans le cas le plus approprié, une attention attentive, disponible et compréhensive dans la relation enseignant-apprenant peut éviter, en cas de stress ou de conflits mineurs, une intensification de la fragilité psychique et l'activation de mesures de soutien psychologique spécifiques et professionnalisées. Ou alors, la possibilité de parler limite la détérioration de l'état psychique, de sorte qu'il en résulte une stabilisation temporaire jusqu'à l'accès à un traitement.

La relation éducative et pédagogique connaît une importance croissante dans le métier d'enseignant, car elle est de plus en plus sollicitée par les apprentis. Le besoin de dialogue des jeunes est important. On voit se dessiner un besoin croissant des apprentis d'entrer en dialogue avec des personnes de confiance qu'ils ont choisies. Ce choix se porte souvent sur un enseignant spécialisé ou un enseignant de classe, sans que celui-ci ne dispose nécessairement d'une formation psychologique élargie. Le besoin croissant de soutien psychosocial des apprenants ne se manifeste donc pas seulement dans les offres d'aide psychologique scolaire, par exemple auprès de médiateurs spécifiquement formés, vers lesquels les apprenants sont orientés en fonction de la gravité des conflits internes ou sociaux.

Les constatations précédentes peuvent être dues à une augmentation réelle des situations de stress (par exemple aussi de nature géopolitique générale), à une diminution de la résilience et / ou à une baisse de la réticence à chercher le dialogue. En ce qui concerne les conflits liés à la situation sur le lieu de formation, il n'est pas rare de constater des différences dans la nature et la fréquence des problèmes dans différents domaines professionnels. Les professions qui exigent une interaction élevée avec d'autres personnes, qui sont physiquement exigeantes et qui s'accompagnent d'horaires irréguliers ou de pics d'activité, constituent un terrain propice au stress et au surmenage. Les professions dans le domaine de la santé, du commerce de détail ou du tourisme en sont des exemples. L'accès à un niveau de formation supérieur entraîne automatiquement une augmentation des exigences tant sur le plan mental et social que, dans le

¹ Consulté sur <https://www.news.uzh.ch/de/articles/news/2023/jugendpsychiatrie.html> (02.07.2024)

² Consulté sur <https://www.projuventute.ch/de/stress-studie> (02.07.2024)

cas d'un apprentissage professionnel, sur le plan physique. La gestion de ces exigences se situe dans une période de bouleversements psychologiques et physiques. De plus, les jeunes ont naturellement un besoin accru de sommeil - le rythme de sommeil personnel est généralement en contradiction avec les horaires de travail exigés. En bref, l'entrée dans le monde du travail entraîne un flot d'exigences accrues pour les jeunes, à une période où ils sont déjà confrontés à de nombreux défis liés à leur développement. Si, durant cette période, les jeunes ne peuvent pas s'appuyer sur des ressources fortifiantes telles que l'expérience de l'efficacité personnelle, une estime de soi renforcée, un réseau social ou un sentiment de sécurité de base, la force de surmonter les défis et de repousser les limites de la charge de travail s'effrite rapidement.

Pour les enseignants des écoles professionnelles, il est essentiel qu'ils puissent se préparer suffisamment aux besoins croissants des jeunes, qu'ils aient accès aux formations continues correspondantes et qu'ils puissent également recourir à un réseau d'experts. En outre, le contexte des écoles professionnelles et le cahier des charges des enseignants doivent refléter le fait qu'une activité d'enseignement dans le contexte de l'école professionnelle s'accompagne plus qu'auparavant de tâches d'encadrement qui se situent en dehors de la transmission des contenus prévus dans les plans de formation. En particulier pour le rôle des maîtres de classe, qui font souvent office de lien avec les entreprises et les parents d'apprentis mineurs, il convient de viser une évaluation de leur fonction avec une rémunération appropriée pour les prestations supplémentaires qui dépassent le cahier des charges d'un enseignant spécialisé sans tâches supplémentaires.

Les besoins des jeunes changent et, par conséquent, les exigences posées au rôle de l'enseignant de l'école professionnelle évoluent également. Afin d'assumer au mieux ce rôle, qui s'est insidieusement développé, de premier interlocuteur en cas de stress dans un apprentissage professionnel et de pouvoir le remplir pour le bien des apprentis, il faut également renforcer le corps enseignant en tenant compte de ces changements dans la relation enseignant-apprenant.

Patricia Biner, co-présidente de la Formation professionnelle suisse (FPS)